

# ៦០ សម្រង់សេចក្តីជំនួយគំនិត

1. យើងមិនអាចផ្លាស់ប្តូរអ្វីមួយដែលយើងមិនព្រមប្រឈមមុខបានទេ.
2. របស់ល្អជួនកាលបែកខ្ចាយទៅដើម្បីឲ្យរបស់ប្រសើរស្រុះគ្នាបាន.
3. សូមកុំគិតពីតម្លៃ ប៉ុន្តែសូមគិតពីគុណតម្លៃ.
4. ជួនកាលត្រូវដកឃ្លាដើម្បីមើលអ្វីមួយឲ្យឃើញច្បាស់.
5. មនុស្សច្រើនណាស់យកលុយដែលខ្លួនមិនមានទៅទិញរបស់ដែលខ្លួនមិនត្រូវការដើម្បីទាក់ទាញមនុស្សដែលខ្លួនមិនស្គាល់.
6. ទោះបីកំហុសច្រើនប៉ុណ្ណាដែលធ្វើ ឬ ជំហានយឺតប៉ុណ្ណាដែលឈានទៅ យើងនៅតែនាំមុខគេ ឯងដែលមិនព្យាយាម.
7. ប្រសិនបើអ្នកណាម្នាក់ត្រូវការជាផ្នែកមួយនៃជីវិតរបស់យើង គេគង់នឹងព្យាយាមធ្វើតាមនោះយ៉ាងអស់អញ្ចល់គេញអាត្មា សម្រាប់អ្នកដែលមិនទាន់ព្យាយាមនឹងចូលទៅអាស្រ័យ សូមគិតគូរឲ្យបានហ្មត់ចត់មុនកក់កន្លែងទុកក្នុងបេះដូងរបស់យើង.
8. ការធ្វើឲ្យមនុស្សម្នាក់មានស្នាមញញឹមអាចផ្លាស់ប្តូរពិភពលោកនេះបាន អាចមិនមែនជាពិភពលោកទាំងមូលទេ ប៉ុន្តែជាពិភពលោករបស់គេនុះឯង.
9. ជេរស្តីឲ្យអ្នកណាម្នាក់ថាអាក្រក់គម្រក់មិនបានធ្វើឲ្យអ្នកជេរស្តីល្អស្អាតជាងគេនោះទេ.
10. មនុស្សធម្មតាដែលយើងមិនសូវស្គាល់ច្បាស់ គឺ មនុស្សធម្មតាដែលយើងស្គាល់នុះឯង.
11. ជីវិត បានដល់ រឿងដែលកើតឡើង ១០% និង វិធីឆ្លើយតបរឿងដែលកើតឡើង ៩០ %.
12. រឿងដែលឈឺចាប់បំផុត គឺ ការលង់ខ្លួនទៅស្រឡាញ់អ្នកណាមួយជ្រុលពេករហូតដល់ភ្លេចគិតថាខ្លួនឯងក៏ជាអ្នកពិសេសដែរ.
13. នៅម្នាក់ឯងប្រសើរជាងសេពគប់មិត្តអាក្រក់.
14. លុះធំឡើងទើបដឹងថា មានមិត្តច្រើនមិនសូវសំខាន់ទេ ប៉ុន្តែមានមិត្តពិតសំខាន់ជាង.
15. សាងមិត្តបាន ១០០ នាក់មិនអស្ចារ្យទេ ប៉ុន្តែរឿងដែលអស្ចារ្យ គឺ សាងមិត្តបានម្នាក់ដែលនឹងនៅក្បែរខាងយើងបានទោះបីមានមនុស្ស ១០០ នាក់ប្រឆាំងយើងក៏ដោយ.
16. ការលះបង់មិនចេះតែមានន័យថា ទន់ខ្សោយទេ ជួនកាល មានន័យថា ខ្លាំងនិងឈ្លាសវៃដើម្បីបានធូរស្បើយនិងឈានទៅមុខ.
17. កុំនិយាយថាគ្មានពេលវេលាគ្រប់គ្រាន់ទេ តាមពិត យើងមានចំនួនពេលវេលាស្មើ ៗគ្នាក្នុងមួយថ្ងៃ.

18. បើពិតជាចង់ធ្វើអ្វីមួយ មុខជារកផ្លូវឃើញ បើមិនចង់ទេ រកឃើញតែលេសហ្នឹងឯង.
19. កុំរើសយកអ្នកដែលស្រស់ស្អាតចំពោះពិភពលោក ប៉ុន្តែចូររើសយកអ្នកដែលធ្វើឲ្យពិភពលោកស្រស់ស្អាតវិញ.
20. ការផ្ទុះខ្លួនស្រឡាញ់មិនមែនជាជម្រើសទេ ប៉ុន្តែការនៅតែស្រឡាញ់ទើបជាជម្រើស.
21. ស្នេហាស្មោះសមិនបានចែងពីការបែកគ្នាទេ ប៉ុន្តែចែងពីមនុស្ស ២ នាក់ដែលស្មោះសច្ចៈចំពោះគ្នាទោះបែកគ្នាក៏ដោយ.
22. បើអាល័យតែរកមើលមនុស្សសុក្រិត យើងមុខជាក្លែងមនុស្សអសុក្រិតដែលអាចធ្វើឲ្យយើងមានសេចក្តីសុខយ៉ាងសុក្រិតបាន.
23. ចូរកុំធ្វើអំពើបែបពាលាជាស្ថាពរដោយគ្រាន់តែអន់ចិត្តមួយគ្រាឡើយ.
24. យើងអាចរៀនសូត្រអ្វីៗដែលល្អពីកំហុសរបស់យើងបានបើយើងមិនដោះសាបដិសេធកំហុសនោះទេ.
25. ក្នុងឆាកជីវិត បើយើងមិនប្រថុយគ្រោះថ្នាក់ណាមួយទេ យើងនឹងប្រថុយគ្រោះថ្នាក់គ្រប់យ៉ាង.
26. លុះត្រាតែឈប់ដេញចាប់រឿងខុសឆ្គងទើបអាចឲ្យឱកាសដល់រឿងត្រឹមត្រូវចាប់ពាល់បាន.
27. រាល់អ្វីមួយដែលធ្លាប់បានកើតក្នុងឆាកជីវិត នឹងជួយយើងត្រៀមឱកាសដែលមិនទាន់មកដល់.
28. គ្មានអ្វីមួយប្រសើរក្នុងភាពគ្រាន់បើជាងបុគ្គលម្នាក់ទៀតទេ ភាពប្រសើរពិត គឺ ស្ថិតក្នុងភាពគ្រាន់បើជាងយើងធ្លាប់ជាបុគ្គលមួយ.
29. ការព្យាយាមក្លាយជាបុគ្គលផ្សេង គឺ ការខាតបង់យើងដែលជាបុគ្គលមួយ.
30. យើងនឹងមិនក្លាយទៅជានរណា ៗដែលយើងចង់បានទេប្រសិនបើយើងនៅតែស្តីបន្ទោសគេឯងដទៃថា ឥឡូវនេះយើងជានរណា.
31. មនុស្ស បានដល់ រឿងដែលលាក់បាំងច្រើនជាងរឿងដែលបង្ហាញ.
32. ជួនកាល មនុស្សមិនចាប់ភ្លឹកអ្វី ៗដែលអ្នកដទៃធ្វើដល់ខ្លួនទេ លុះត្រាតែគេឈប់ធ្វើទើបដឹង.
33. ចូរកុំស្តាប់អ្វីដែលមនុស្សនិយាយ ប៉ុន្តែចូរមើលអ្វីដែលគេធ្វើ.
34. នៅម្នាក់ឯង មិនមែនមានន័យថា នៅឯកោទេ ហើយនៅឯកោក៏មិនមែនមានន័យថា នៅម្នាក់ឯងដែរ.
35. ស្នេហាមិនមែនជារឿងភេទ រឿងណាត់ជួបស្នេហ៍ ឬ រឿងសម្លេងលេងខ្លួនទេ ប៉ុន្តែជារឿងនៅជាមួយនឹងបុគ្គលដែលធ្វើឲ្យយើងមានសេចក្តីសុខដោយប្រការដែលអ្នកដទៃមិនអាចធ្វើបាន.
36. អ្នកណាក៏អាចចូលមកក្នុងជីវិតយើងហើយនិយាយថាស្រឡាញ់យើងច្រើនប៉ុនណាក៏បាន ត្រូវការមនុស្សពិសេសពិតដើម្បីរស់នៅក្នុងជីវិតរបស់យើងនិងបង្ហាញថាគេស្រឡាញ់យើងច្រើនប៉ុនណា.

37. ចូរអុជទៀន ប្រើកម្រាលប្រណីត និងស្លៀងខោក្នុងពិសេស ចូរកុំសំចៃទុកសម្រាប់ឱកាសពិសេសណា ៗ ថ្ងៃនេះឯងចាត់ជាថ្ងៃពិសេស.
38. ចូរស្រឡាញ់និងតបស្នងសងគុណឱពុកម្តាយ យើងច្រើនតែជ្រប់នឹងចម្រើនវ័យរហូតដល់ភ្លេចគិតថាឱពុកម្តាយក៏មានវ័យចេះតែចម្រើនឡើងដែរ.
39. កាលបើត្រូវចាប់ផ្តើមខូចខ្លួននិងសីលធម៌ដោយសារមនុស្សជិតខាង ប្រហែលជាដល់ពេលត្រូវផ្លាស់ប្តូរមនុស្សជិតខាងហើយ.
40. រៀនស្រឡាញ់ខ្លួនឯងសិនមុនទៅស្រឡាញ់ឧត្តមគតិរបស់មនុស្សដទៃដែលស្រឡាញ់យើង.
41. នៅពេលមាននរណាម្នាក់មកប្រាប់យើងថា យើងបានផ្លាស់ប្តូរខុសពីមុន ប្រហែលជាដោយសារយើងលែងបន្តជីវិតរបស់យើងតាមដំណើរផ្លូវរបស់គេនេះឯង.
42. មិនត្រូវឲ្យអ្នកដទៃខុសដើម្បីឲ្យយើងត្រូវនុះទេ.
43. សូមឲ្យសប្បាយចិត្ត សូមឲ្យពឹងខ្លួនឯង បើអ្នកដទៃមិនចូលចិត្ត ស្រេចតែគេទៅចុះ ព្រោះជីវិតមិនបានចែងពីការផ្លាស់ចិត្តគេឯងទេ.
44. នៅពេលជោរ(ធូរធារ) មិត្តរបស់យើងដឹងថាយើងជានរណា នៅពេលនាច(ធ្លាក់ខ្លួន) យើងដឹងថានរណាជាមិត្តរបស់យើង.
45. កុំរកមើលមនុស្សដែលនឹងដោះស្រាយបញ្ហាទាំងអស់របស់យើង ប៉ុន្តែចូររកមើលមនុស្សណាដែលនឹងប្រឈមមុខបញ្ហាជាមួយយើង.
46. ប្រសិនបើយើងរំពឹងលើពិភពលោកថានឹងមានយុត្តិធម៌ចំពោះយើងព្រោះតែយើងជាមនុស្សយុត្តិធម៌ ហាក់នឹងថាយើងកំពុងតែបោកប្រាស់ខ្លួនឯង គំហើញបែបនោះគួរនាដូចជារាជសីហ៍នឹងមិនស៊ីយើងព្រោះតែយើងមិនស៊ីរាជសីហ៍នោះឯង.
47. ទោះបីយើងជួបបញ្ហាល្អអាក្រក់យ៉ាងណា ចូរភ្ញាក់រលឹកឡើងរាល់ថ្ងៃ អរគុណជីវិតខ្លួនឯងនៅទីណា ៗ គេក៏តស៊ូដើម្បីជីវិតគេដែរ.
48. ការញែកម្តាយមានប្រមាណតិចតួចបំផុតគឺមានតម្លៃច្រើនជាងចេតនាធំធេងបំផុត.
49. មនុស្សជាច្រើនក្រីក្រតោកយ៉ាកក៏ព្រោះតែរឿងមួយដែលគេត្រូវមាន គឺ លុយ.
50. ចូររៀនដឹងគុណរបស់ដែលយើងមានមុនពេលវេលាបង្ខំយើងឲ្យដឹងគុណរបស់ដែលយើងធ្លាប់មាន.
51. នៅពេលណាយើងរើសរកឃើញសេចក្តីល្អពីអ្នកដទៃ នៅពេលនោះ យើងនឹងកន្តើយឈប់រកសេចក្តីល្អពីខ្លួនឯង.
52. បើធ្លាក់ទៅក្នុងទឹក មិនលង់ទឹកទេ ប៉ុន្តែបើទ្រាំនៅក្នុងទឹកនោះ ទើបលង់ទឹក.
53. ចេះនិងអន់ចិត្តគ្រាន់បើជាងមិនចេះនិងចេះតែចូល.

54. មានរឿងដែលយើងមិនចង់ឲ្យកើតឡើង ប៉ុន្តែត្រូវតែទទួលយក រឿងដែលយើងមិនចង់ចេះចង់ដឹង ប៉ុន្តែត្រូវតែរៀនយក និងមនុស្សដែលយើងរស់ជាមួយខានមិនបាន ប៉ុន្តែត្រូវតែលះលែងរំលងបង់.
55. សេចក្តីសុខមិនបានកំណត់ដោយស្ថានភាពជុំវិញខ្លួនយើងទេ ប៉ុន្តែដោយស្ថានភាពខាងក្នុងខ្លួន យើង មនុស្សភាគច្រើនពឹងផ្អែកលើអ្នកដទៃដើម្បីបានសេចក្តីសុខ ប៉ុន្តែតាមពិត សេចក្តីសុខកើតឡើងពីខាងក្នុងជានិច្ច.
56. ប្រសិនបើយើងនិយាយប្រាប់ការពិត ការពិតនោះក៏ក្លាយទៅជាអតីតកាលរបស់យើង ប៉ុន្តែប្រសិនបើយើងនិយាយកុហក សេចក្តីកុហកនោះក៏នឹងក្លាយទៅជាអនាគតរបស់យើង.
57. អ្វីមួយដែលយើងធ្វើរាល់ ៗថ្ងៃ សំខាន់ជាងអ្វីមួយដែលយើងធ្វើម្តងម្កាល.
58. យើងមិនអាចចាប់ផ្តើមឆាកជីវិតថ្មីរបស់យើងបានទេដរាបណាយើងនៅតែអានឆាកចុងក្រោយដដែល ៗនោះ.
59. អ្វី ៗបែរចេញជាល្អឲ្យតែមនុស្សដែលធ្វើល្អចៀសពីផ្លូវដែលអ្វី ៗបែរចេញ.
60. ប្រសិនបើយើងមិនចូលចិត្តអ្វីមួយ ចូរផ្លាស់ប្តូរវាទៅ ប៉ុន្តែប្រសិនបើយើងមិនអាចផ្លាស់ប្តូរវាបានទេ ចូរផ្លាស់ប្តូរវិធីដែលយើងគិតដល់វា.

**ប្រសម្រួល**  
**ដោយព្រះមហាវិរម្យ**  
**ថ្ងៃទី ៥ ខែកញ្ញា ២០១៣**

# 60 thought-provoking quotes

1. You cannot change what you refuse to confront.
2. Sometimes good things fall apart so better things can fall together.
3. Don't think of cost. Think of value.
4. Sometimes you need to distance yourself to see things clearly.
5. Too many people buy things they don't need with money they don't have to impress people they don't know.
6. No matter how many mistakes you make or how slow you progress, you are still way ahead of everyone who isn't trying.
7. If a person wants to be a part of your life, they will make an obvious effort to do so. Think twice before reserving a space in your heart for people who do not make an effort to stay.
8. Making one person smile can change the world – maybe not the whole world, but their world.
9. Saying someone is ugly doesn't make you any prettier.
10. The only normal people you know are the ones you don't know very well.
11. Life is 10% of what happens to you and 90% of how you react to it.
12. The most painful thing is losing yourself in the process of loving someone too much, and forgetting that you are special too.
13. It's better to be alone than to be in bad company.
14. As we grow up, we realize it becomes less important to have more friends and more important to have real ones.
15. Making a hundred friends is not a miracle. The miracle is to make a single friend who will stand by your side even when hundreds are against you.
16. Giving up doesn't always mean you're weak, sometimes it means you are strong enough and smart enough to let go and move on.
17. Don't say you don't have enough time. You have exactly the same number of hours per day.
18. If you really want to do something, you'll find a way. If you don't, you'll find an excuse.

19. Don't choose the one who is beautiful to the world; choose the one who makes your world beautiful.
20. Falling in love is not a choice. To stay in love is.
21. True love isn't about being inseparable; it's about two people being true to each other even when they are separated.
22. While you're busy looking for the perfect person, you'll probably miss the imperfect person who could make you perfectly happy.
23. Never do something permanently foolish just because you are temporarily upset.
24. You can learn great things from your mistakes when you aren't busy denying them.
25. In life, if you don't risk anything, you risk everything.
26. When you stop chasing the wrong things you give the right things a chance to catch you.
27. Every single thing that has ever happened in your life is preparing you for a moment that is yet to come.
28. There isn't anything noble about being superior to another person. True nobility is in being superior to the person you once were.
29. Trying to be someone else is a waste of the person you are.
30. You will never become who you want to be if you keep blaming everyone else for who you are now.
31. People are more what they hide than what they show.
32. Sometimes people don't notice the things others do for them until they stop doing them.
33. Don't listen to what people say, watch what they do.
34. Being alone does not mean you are lonely, and being lonely does not mean you are alone.
35. Love is not about sex, going on fancy dates, or showing off. It's about being with a person who makes you happy in a way nobody else can.
36. Anyone can come into your life and say how much they love you. It takes someone really special to stay in your life and show how much they love you.
37. Burn the candles, use the nice sheets, wear the fancy lingerie. Don't save it for a special occasion; today is special.

- 
38. Love and appreciate your parents. We are often so busy growing up; we forget they are also growing old.
  39. When you have to start compromising yourself and your morals for the people around you, it's probably time to change the people around you.
  40. Learn to love yourself first, instead of loving the idea of other people loving you.
  41. When someone tells you, "You've changed," it might simply be because you've stopped living your life their way.
  42. Someone else doesn't have to be wrong for you to be right.
  43. Be happy. Be yourself. If others don't like it, then let them be. Happiness is a choice. Life isn't about pleasing everybody.
  44. When you're up, your friends know who you are. When you're down, you know who your friends are.
  45. Don't look for someone who will solve all your problems; look for someone who will face them with you.
  46. If you expect the world to be fair with you because you are fair, you're fooling yourself. That's like expecting the lion not to eat you because you didn't eat him.
  47. No matter how good or bad you have it, wake up each day thankful for your life. Someone somewhere else is desperately fighting for theirs.
  48. The smallest act of kindness is worth more than the grandest intention.
  49. Many people are so poor because the only thing they have is money.
  50. Learn to appreciate the things you have before time forces you appreciate the things you once had.
  51. When you choose to see the good in others, you end up finding the good in yourself.
  52. You don't drown by falling in the water. You drown by staying there.
  53. It's better to know and be disappointed than to never know and always wonder.
  54. There are things that we don't want to happen but have to accept, things we don't want to know but have to learn, and people we can't live without but have to let go.

55. Happiness is not determined by what's happening around you, but rather what's happening inside you. Most people depend on others to gain happiness, but the truth is, it always comes from within.
56. If you tell the truth, it becomes a part of your past. If you lie, it becomes a part of your future.
57. What you do every day matters more than what you do every once in a while.
58. You can't start the next chapter of your life if you keep re-reading your last one.
59. Things turn out best for people who make the best out of the way things turn out.
60. If you don't like something, change it. If you can't change it, change the way you think about it.

**source of data :**  
**[www.everydaylifelessons.com](http://www.everydaylifelessons.com)**